



O dia 27 de junho é marcado como Dia Internacional do Diabético. Em uma ocasião desta data, a seção de saúde divulga orientações voltadas para a identificação de diabetes. Nos próximos boletins serão abordados aspectos sobre o diagnóstico, formas de tratamento e principais complicações da doença.

DIABETES

Diabetes é uma doença crônica na qual o corpo não produz insulina ou não consegue empregar adequadamente a insulina que produz.

Quando a pessoa tem diabetes o nível de glicose no sangue fica alto. Esta condição é definida tecnicamente como "hiperglicemia". Se esse quadro permanecer por longos períodos, poderá haver danos em órgãos, vasos sanguíneos e nervos.

Conforme dados do Atlas da International Diabetes Federation 2017 – Diabetes no Brasil, aproximadamente 13 milhões de pessoas tem diagnóstico de diabetes, o que representa entre 8 e 9% da

população entre 20 e 79 anos. Nas pessoas acima de 65 anos esta proporção é de 19%. O Brasil ocupa o 4º lugar entre os 10 países com maior número de indivíduos com diabetes.

Estima-se que, na América Latina, cerca de 40% das pessoas com diabetes não sabem ter essa doença. 209.717 adultos entre 20 e 79 anos morreram por conta de diabetes, o que representa 11% das causas de morte na região. 44,9% destas mortes aconteceram em pessoas com mais de 60 anos de idade. Metade destas mortes ocorreram no Brasil.

O diabetes não tem sintomas claros. Algumas pessoas com pré-diabetes, por exemplo, podem apresentar sinais mais evidentes do que uma pessoa com diabetes.

As complicações também não são iguais para todas as pessoas. É importante realizar exames de rotina, saber quais são os fatores de risco e buscar o diagnóstico.



TIPOS DE DIABETES

Tipo 1

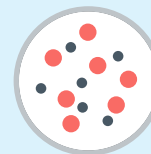


O Tipo 1 representa de 5 a 10% dos casos e aparece geralmente na infância ou adolescência, mas pode ser diagnosticado também em adultos. A doença ocorre porque o sistema imunológico ataca equivocadamente as células do pâncreas responsáveis pela produção de insulina.

Ter um parente próximo com a doença aumenta consideravelmente as chances de desenvolvimento da doença. Porém, ainda não há pesquisas conclusivas sobre os fatores de risco para o Diabetes Tipo 1.

O Tipo 1 é sempre tratado com insulina, medicamentos, planejamento alimentar e atividades físicas, para ajudar a controlar o nível de glicose no sangue.

Tipo 2



O Tipo 2 aparece quando o organismo não consegue usar adequadamente a insulina que produz, ou então não produz a insulina em quantidade suficiente para controlar o nível de glicose no sangue.

Cerca de 90% das pessoas com diabetes têm o Tipo 2. Ele se manifesta mais frequentemente em adultos.

Os principais fatores de risco para a doença são:

- 1. Diagnóstico de pré-diabetes – diminuição da tolerância à glicose ou glicose de jejum alterada.**
- 2. Pressão alta;**
- 3. Colesterol alto ou alterações na taxa de triglicérides no sangue;**
- 4. Estar acima do peso, principalmente se a gordura estiver concentrada em volta da cintura;**
- 5. Ter um pai ou irmão com diabetes;**
- 6. Ter alguma outra condição de saúde que pode estar associada ao diabetes, como a doença renal crônica;**
- 7. Mulheres que tiveram bebê com peso superior a quatro quilos ou tiveram diabetes gestacional;**
- 8. Síndrome de ovários policísticos;**
- 9. Diagnóstico de alguns distúrbios psiquiátricos, como esquizofrenia, depressão, transtorno bipolar;**
- 10. Apneia do sono;**
- 11. Pessoas tratadas com medicamentos da classe dos glicocorticoides.**



Diabetes Gestacional

Durante a gravidez, para permitir o desenvolvimento do bebê, a mulher passa por mudanças que alteram a produção de hormônios. Alguns hormônios afetam a ação da insulina, responsável pela captação e utilização da glicose pelo organismo. O pâncreas, então, aumenta a produção

de insulina para compensar este quadro.

Em algumas mulheres, entretanto, este processo não ocorre e elas desenvolvem um quadro de diabetes gestacional, caracterizado pelo aumento do nível de glicose no sangue. Quando o bebê é exposto, durante a gestação, a grandes quantidades de glicose, aumenta o risco de crescimento excessivo do feto e, conseqüentemente, de partos traumáticos, hipoglicemia neonatal e até de obesidade e diabetes na vida adulta.

O diabetes gestacional pode ocorrer em qualquer mulher e nem sempre os sintomas são facilmente identificáveis. Por isso, recomenda-se o acompanhamento pré-natal onde serão realizados os exames necessários para o rastreamento e diagnóstico precoce.

O controle pode ser feito através a orientação nutricional adequada conforme o período da gravidez. A atividade física adaptada a cada fase da gestação também contribui de forma importante para o sucesso do tratamento. O uso de insulina pode ser necessário em alguns casos. Gestações complicadas pelo diabetes, quando tratadas de maneira adequada, terão excelente desfecho e os bebês nascerão saudáveis.



Pré-Diabetes

O termo pré-diabetes é usado quando os níveis de glicose no sangue estão mais altos do que o normal. Porém, não o suficiente para um diagnóstico de Diabetes Tipo 2. Obesos, hipertensos e pessoas com alterações nos níveis de LDL colesterol e triglicérides estão no grupo de maior risco.

Aproximadamente 50% dos pacientes nesse estágio 'pré' vão desenvolver a doença. O

pré-diabetes é importante porque é a única etapa que ainda pode ser revertida ou mesmo que permite retardar a evolução para o diabetes e suas complicações.

A mudança de hábito alimentar e a prática de exercícios são os principais elementos para o sucesso no controle.

Fonte: Sociedade Brasileira de Diabetes
Texto elaborado pelo Dr. Evandro Carlos Miola - Analista Judiciário - Apoio Especializado Medicina do Trabalho.



Seção de Saúde - Fórum
(0XX92) 3627 2178 / 2179
set.med.forum@trt11.jus.br
Rua Ferreira Pena, 546 - Centro
3º andar

Seção de Saúde - SEDE
(0XX92) 3621 7280
set.medico@trt11.jus.br
Rua Visconde de Porto Alegre, 1265
Praça 14 de Janeiro - 3º andar